© Drogues Info Service - 8 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

Est ce que je vais m’en remettre ?

Par Profil supprimé Postée le 27/06/2018 14:16

> Bonjour. Il y a 4 jours, lors d’une soirée alcoolisée, j’ai consommé des cachets d’ecstasy pour la première fois. Je ne saurais pas dire combien j’en ai pris, mais je les ai pris par quart à plusieurs reprises (5, 6 voir 7 fois) et j’ai mélangé les bleus et les roses. J’ai adoré ressentir les effets que ça m’a procuré, pour de vrai, c’était la meilleure sensation de ma vie. La descente n’a pas été trop dure, sauf que depuis que je me suis droguée, je ne suis plus la même personne. J’ai des vertiges, des absences. Défois je dis quelque chose puis je me tais et j’oublie ce que je disais. Je n’arrive pas à m’en remettre. Je fais des cauchemars, je rêve qu’on me frappe, qu’on se moque de moi, qu’on va me tirer dessus, qu’on essaye de me violer ... le matin quand je sors du lit je suis obligée de me rassoir parce que je perds l’equilibre. Je me sens vide j’ai la tete qui tourne , je suis faible... ça fait dejà 4 jours... est ce que c’est normal ? Des que je fais un peu d’effort j’ai besoin de souffler. Je pleure pour rien... on dirait que je tombe dans une depression... j’ai l’impression d’etre un legume pourtant c’est la première fois que j’en prends ! Combien de temps ça va encore durer ? Je ne regrette pas de m’etre Droguée parce que vraiment j’ai adoré le faire, ça m’a permis de me déconnecter le temps d’une soirée... sauf que maintenant j’ai l’impression d’etre restée perchée... aidez moi svp... en plus j’ai envie de recommencer

---

Mise en ligne le 29/06/2018

Bonjour,

La lecture de votre message nous invite à vous répondre sur plusieurs points, tant sur les effets du produit que sur le retour d'expérience et de l'envie de reconsommer.

Vous dites avoir "*adoré"* les effets suite à la prise d'ecstasy, vous parlez d'une expérience au cours de laquelle vous semblez avoir ressenti la "*meilleure sensation de votre vie"* et nous souhaitons attirer votre attention sur le fait qu'une expérience doit être prise dans sa globalité et non seulement sur les effets directs. En effet, compte tenu des effets secondaires et indésirables très marqués chez vous, l'expérience qualifiée *d'"extraordinaire"* est peut être à relativiser. Si vous deviez reconsommer, il est important d'intégrer dans votre envie, la prise en compte des effets secondaires désagréables.

Sur la question des effets, la MDMA (ecstasy) ingérée agit de 20 minutes à une heure après la prise, les effets peuvent durer de 3 à 6 heures. Passé ce délai, le produit n'est plus actif, il n'y a plus d'effet psychotrope. Cependant les effets secondaires et indésirables peuvent durer jusqu'à 4 jours après la prise. Les usagers

décrivent parfois, 3 ou 4 jours après la prise, un état d’épuisement physique et moral ("déprime du mardi" pour une prise le vendredi précédent). Nous pouvons penser que ce que vous ressentez là devrait s'estomper pour disparaître totalement.

Vous évoquez une envie de "*recommencer* car *vous avez adoré et cela vous a permis de déconnecter du temps"* et sur ce point nous nous permettons d'attirer votre attention sur les risques de développer une dépendance. En effet, il peut être intéressant de vous questionner sur ce qui vous conduit à ce "besoin" de vous déconnecter, le risque étant de passer d'une consommation occasionnelle et festive à une consommation régulière qui viendrait répondre à un besoin ou éventuellement un mal-être.

Si vous souhaitez évoquer cette question de manière préventive, vous pourriez le faire avec un professionnel de santé spécialisé en addictologie dans le cadre d'une consultation médicale.

Il existe des Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) qui proposent des consultations individuelles, confidentielles et gratuites auprès de professionnels de santé spécialisés.

Nous ne disposons pas de votre ville de résidence, aussi nous vous joignons un lien qui vous permettra d'effectuer votre propre recherche si besoin.

Si vous le souhaitez, vous pouvez également nous contacter de façon anonyme et gratuite au 0 800 23 13 13 de 8h à 2h ou par tchat via notre site Drogues Info Service de 14h à minuit.

Bien cordialement

En savoir plus :

- Fiche sur l'ecstasy (MDMA)
- Adresses utiles du site Drogues info service